

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه

ناهید جهازی*

چکیده

این مقاله در نظر دارد به جنبه‌های درمانی بازی‌های نمایشی زنانه در ایران بپردازد و برای این منظور، ابتدا پسیکودرام تعریف و سپس ویژگی‌های درمانی نمایش‌های زنانه مطرح می‌شود. این ویژگی‌ها عبارت‌اند از: عنصر بازی، عنصر طنز و شوخ‌طبعی و به سخره گرفتن قوانین اجتماع و مردان، انعطاف‌پذیری و تواضع، مشارکت، خودانگیختگی، آفرینندگی و بداهه‌گویی، همدلی، فرافکنی نمایشی، تجربه امور یا رفتارهایی که در زندگی واقعی امکان‌پذیر نیست، تقویت خود تماشاگر، فاصله‌گذاری و رازآمیزی. در پایان از این مبحث نتیجه گرفته می‌شود که بازی‌های نمایشی زنانه دارای عنصر پیشگیرانه درمانی - روانی هستند.

کلیدواژه‌ها: نمایش‌های زنانه، تئاتر درمانی، بازی‌های نمایشی زنانه،

پسیکودرام، طنز و کمدی

* کارشناسی ارشد ادبیات نمایشی از دانشگاه تهران و پژوهشگر فرهنگ عامه

مقدمه

نمایش‌هایی که زنان در گذشته‌های دور اجرا می‌کردند، اغلب جنبه آیینی داشتند. نمایش‌ها یا آئین‌هایی چون جشن «مردگیران» و مراسم «الیک اندازی»، (alík andâzi) از مشهورترین این آیین‌های نمایشی بودند. اجرای نمایش‌های آیینی و اسطوره‌ای، تأثیر فراوانی بر روح و روان افراد داشتند.

بعضی از این نمایش‌ها، جنبه روان‌درمانی داشتند. برای مثال در سال‌های گذشته (عصر قاجاریه) زنان در مهمانی‌ها و بعضی از جشن‌ها مانند عروسی، پاتختی، پاگشا، شب نامگذاری نوزاد و ختنه‌سوران فرصتی می‌یافتند تا در مجالس زنانه و دور از مردان نامحرم به بازی و اجرای نمایش‌های شاد بپردازند. در این میان زنانی که در نمایش دادن بازی‌های عامیانه شهرت و مهارت داشتند، جامه‌های رنگارنگ می‌پوشیدند و به بازی و هنرنمایی می‌پرداختند. بیشتر این بازی‌ها، درخصوص مسائل و مشکلات زنان مانند داشتن هوو، بدرفتاری مردان، سختگیری مادرشوهران، نافرمانی دختران، ازدواج اجباری، خواستگاری و مسائلی از این دست بود که در قالب طنز و کمدی اجرا می‌شد.

زنان در این جشن‌ها بهترین لباس‌های خود را می‌پوشیدند، عالی‌ترین زیورآلات را به خود می‌آویختند و با هنرنمایی وارد مجلس می‌شدند. هدف اصلی این نمایش‌ها ایجاد شادی و وقت‌گذرانی بود و اگر انتقادی در آنها مطرح می‌شد، به طنز بود و برای خوشایند تماشاگران انجام می‌گرفت. تماشاگران این نمایش‌ها مانند اجراکنندگان آنها فقط زن‌ها بودند. این نمایش‌ها متن از پیش نوشته‌شده‌ای نداشتند، بلکه اشعار عامیانه‌ای بودند که هوبت سراینده و تاریخ سروده شدن آنها مشخص نبود.

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۲۵

هر یک از این نمایش‌ها اشعار و داستان مستقلی داشتند که ده‌ها سال به همان صورت و بدون تغییر اجرا می‌شدند. این نمایش‌ها بخشی از فولکلور و فرهنگ ایران را تشکیل می‌دادند و به دلیل ویژگی‌های زبانی آنها، به نمایش‌هایی مردمی تبدیل شده بودند و در هر شهر و روستایی که به اجرا در می‌آمدند، زبان همان شهر و روستا را به خود می‌گرفتند. با بررسی بازی‌های نمایشی زنانه، می‌توان به خوبی به وجود عناصر تئاتر درمانی در آنها پی برد. این مقاله در صدد تبیین ویژگی‌های روانی بازی‌های نمایشی زنانه و معرفی برخی از این نمایش‌هاست. برای گردآوری داده‌ها از منابع کتابخانه‌ای و با روش توصیفی - تحلیلی بهره‌گیری شده است.

تئاتر درمانی یا پسیکودرام

تئاتر درمانی یا پسیکودرام عبارت است از «کاربرد بازی دراماتیک آزاد در درمان پریشانی‌های روانی به منظور بیرون ریختن اندیشه‌های پنهانی به وسیله بدیهه‌سازی و خودانگیختگی روی صحنه که توسط روان‌شناس یا درمانگر هدایت می‌شود. پسیکودرام بنا به تعریف مورنو، عبارت است از علمی که به کمک وسایل و امکانات نمایش به کشف حقیقت می‌پردازد.» (ستاری، ۱۳۵۷: ۲۸)

پسیکودرام، یک بازی فی‌البداهه به منظور به دست آوردن آگاهی‌ای است که در عمل حاصل می‌شود. در این روش، موقعیت‌های زندگی و تعارض‌های آن با به نمایش درآمدن، مورد تحلیل و بررسی قرار می‌گیرند، زیرا در این بازی‌ها - مانند تئاتر درمانی - بازیگر زندگی خصوصی خود را اجرا می‌کند. اساس پسیکودرام بر شرکت فعال بازیگر اصلی، کارگردان یا درمانگر و

مدیوم‌های مختلف و معین و گروه تماشاگران قرارداد؛ پسیکودرام درمانی به «پسیکودرام اجتماعی»، «پسیکودرام پندآموز»، و «پسیکودرام توأم با روانکاوی» تقسیم شده است که از هر کدام در موارد مختلف استفاده می‌شود. (فرخ‌پیکر، ۱۳۷۰: ۳۰)

در بازی‌های نمایشی زنان، بیشتر از پسیکودرام اجتماعی و پسیکودرام پندآموز استفاده می‌شود. پسیکودرام تنها برای درمان بیماران روانی نیست، بلکه از این روش می‌توان در پیشگیری اختلالات روانی - اجتماعی نیز بهره جست، هم چنان که بازی‌های نمایشی زنانه نیز بیشتر به منظور پیشگیری از اختلالات روانی اجرا می‌شدند؛ هرچند اجراکنندگان و شرکت‌کنندگان در این بازی‌ها آگاهانه به این جنبه از بازی‌ها توجه نداشتند.

فرآیند تئاتر درمانی دارای سه بخش عمده است:

۱. آماده سازی: در این مرحله بازیگر و تماشاگران به آماده‌سازی فضا و محل اجرا و پوشاندن لباس بازیگر و گریم می‌پردازند و فضا را برای اجرای نمایش آماده می‌کنند.

۲. عمل: در این مرحله اجرا اتفاق می‌افتد و بازی نمایشی از سوی بازیگر اجرا می‌شود.

۳. مشارکت: در مرحله مشارکت، تماشاگران با بازیگر از نظر روحی و عاطفی مشارکت و همدلی می‌کنند و به آرامش و تزکیه دست می‌یابند. طی کردن این سه مرحله باعث می‌شد تماشاگران و بازیگران به شفای عاطفی و شناختی برسند؛ تحولی که بسیاری از شیوه‌های روان‌درمانی به دنبال دستیابی به آن هستند.

ویژگی‌های روانی بازی‌های نمایشی زنانه

۱. بازی

نخستین عنصری که در این خرده‌نمایش‌ها وجود دارد، بازی است. در زبان انگلیسی واژه play برای دو فعالیت «نمایش» و «بازی» به کار برده می‌شود. همین وجه مشترک باعث می‌شود که ما هدف‌های مشترکی نیز برای این دو قائل شویم. تعاریف متعددی برای «بازی» بیان شده است؛ از جمله: «بازی عبارت از فعالیتی است که بدون توجه نیروی خارجی (زور و اجبار)، کاملاً اختیاری و بدون هدف و منظور انجام شود و سبب لذت و آرامش گردد. فروید، بازی و خواب را به هم نزدیک دانسته، آنها را از یک نوع می‌داند و معتقد است که بازی یک حالت انحلال و از بین رفتن تعارض‌هاست» (مقدسی، ۱۳۷۲: ۴۲)

مهم‌ترین نکته در بازی، فعالیت و عمل است؛ عملی که باعث کسب لذت و آرامش و برآوردن نیازها می‌شود. بازی نزد کودکان مانند آب و غذاست. در بعضی از بازی‌ها، کودکان از سازوکار «همانند سازی» استفاده می‌کنند و برای رهایی از ترس و نگرانی درونی، خود را همانند منبع ترس و نگرانی درمی‌آورند؛ مثلاً برای رفع ترس از موجود یا حیوانی وحشی خود را به شکل آن موجود درمی‌آورند.

بزرگسالان نیز مانند کودکان به بازی نیاز دارند؛ و گاهی برای جبران تلخکامی‌های خود به وسایلی مانند بازی متوسل می‌شوند.

«هنرآفرینی» نوعی «بازی» است. هنرمندان دردهای خود را به زبان هنر بیان می‌کنند و انرژی مزاحم کام‌های واژه را به این شیوه رها می‌کنند.

بازی، وسیله ساده‌ای برای عقده‌گشایی‌های درونی انسان‌هاست؛ بسیاری از شیوه‌های رفتار و زندگی، اعم از مثبت یا منفی، از طریق بازی انتقال می‌یابند. بزرگسالان به شیوه کودکان اندیشه‌های پنهانی خود را به وسیله بازی بیرون می‌ریزند و احساس سبکبالی می‌کنند.

«بسیاری از روان‌شناسان معتقدند، بازی، خودخواسته، ارادی و به خاطر خودش انجام می‌شود و هدفی ندارد» (فردرو، ۱۳۷۸: ۱۲۴). هر بازی نمودی از امیال، خواسته‌ها و نیازهای مردم در سنین مختلف است، بنابراین می‌توان با تجزیه دقیق و بازشناسی بازی‌های یک جامعه، روحیات و خلیات مردم آن را شناخت. بازی‌ها متناسب با تغییرات اجتماعی و جامعه تغییر می‌کنند.

در جلسه «پسیکودرام» نیز مجلس «بازی» ترتیب داده می‌شود که در آن، شخص اول، به بازی نقش‌های مختلف می‌پردازد و از این طریق به خودانگیختگی و بینش می‌رسد. در این مجالس بازیگران (زنان) از طریق بازی به نتیجه مطلوب دست می‌یابند؛ زیرا در بازی، شخص با قرار گرفتن در موقعیت خاص، به ایفای نقشی می‌پردازد که با اعتقاد و باورهای او و محیط زندگی مطابقت دارد.

«در تئاتر درمانی، بازیگوشی شیوه‌ای است که بیمار از طریق آن می‌تواند وارد وضعیتی شود که ارتباط با زمان، فضا، قوانین و محدودیت‌های روزمره برایش ممکن شود. این وضعیت معمولاً با خودانگیختگی و خلاقیتی که در بازی وجود دارد، همراه است.» (جونز، ۱۳۸۳: ۱۶۲)

در تئاتر درمانی، بازی بخشی از فرآیند درمان است. همچنین، بازی بخشی از زبان نمایش است. بازی با خود تغییرات عاطفی، ذاتی و درون‌فردی را به همراه می‌آورد. بازیگر (بیمار) در حین بازی تغییر را از سر می‌گذراند و از نظر عاطفی و روحی احساسی خوشایند پیدا می‌کند که به درمان او منتهی می‌شود.

۲. عنصر طنز و شوخ‌طبعی

دومین عنصر در نمایش‌های زنانه، وجود طنز و کمدی در این خرده‌نمایش‌هاست. کمدی نیز مانند تراژدی، ما را تسکین می‌دهد؛ زیرا از ورای آن، خویشتن را در موقعیتی بالاتر از هم‌نوعان خود احساس می‌کنیم. کمدی این فرصت را به انسان می‌دهد که نقایص خود را در فرد دیگری ببیند و بر اتفاقات ناخوشایندی که برای دیگری - نه خود او - رخ می‌دهد، بخندد. کمدی، انسانی دوستدار زندگی و سردرگم را به ما نشان می‌دهد که با وجود همه بدبختی‌ها، شاد و خوشحال است.

در کمدی، تماشاگر برای تزکیه نفس به تماشای کمدی نمی‌رود، بلکه می‌خواهد بر معایب خود بخندد و اطمینان دارد که این معایب، نتیجه وخیمی برای او ندارد. کمدی از خودداری پدید می‌آید؛ غریزه خودداری انسان را به سوی شوخی کردن پیش می‌راند تا خطر را به حداقل برساند؛ همچنان که فاندرا می‌گوید: «شوخی‌های من سبب می‌شوند که من ندانم کیستم».

شوخی کردن، واکنش عاطفی‌ای است که بشر در مقابل تشویش از خود بروز می‌دهد. «فروید معتقد است که خنده، ناشی از تسکین و رفع دلوپاسی و اضطراب است. تکان خوردن ما در هنگام خندیدن ناشی از انرژی عصبی آزاد شده‌ای است که تنها زمانی رها می‌شود که متوجه می‌شویم رویداد ناگوار روی صحنه، تأثیر مستقیمی بر ما ندارد و ما از عقوبت آن در امانیم» (اسلین، ۱۳۷۰: ۸۰). باختین در «ابله و دنیایش» خنده را دارای قابلیت نقد اقتدار می‌داند و نیز دارای این قابلیت که ما را از «هراس از هر چیز مقدس، از ممنوعیت‌ها، از گذشته و از قدرت برهاند. باختین مانند فروید شوخی را بالقوه سرکش می‌داند».

تماشاگر نمایش کمدی با فرار از واقعیتی که او را تحت فشار قرار می‌دهد، احساس سبکباری می‌کند. زمانی که فشار اجتماعی آن‌چنان شدت دارد که ضعفا احساس خشم و حقارت می‌کنند، آنها خود را در این ماجرا مقصر می‌دانند و می‌کوشند ممنوعیت‌ها یا لاقل آنچه را که به صورت ممنوعیت جلوه می‌کند، از پیش پا بردارند. بنابراین کمدی واقعی آن است که بیشتر در میان مردم جا باز کند. تماشاگر مرفه جامعه، خود به نحوی مورد حمله انتقادی نمایش است.

قصد زنان از اجرای این خرده نمایش‌ها فقط سرگرم کردن و خندانند نبود، بلکه آنها سعی داشتند با بازگویی مسائل به نکات آزاردهنده زندگی دختران و زنان اشاره کنند و در این راه از شوخی و خنده به عنوان روشی برای کاهش دردهای اجتماعی و فرهنگی استفاده می‌کردند و به دنبال نشان دادن راه حل نبودند. «در روان‌شناسی، این روش درمان روانی از طریق خنده به شوخی درمانی^۱ معروف است. درمانگر با استفاده از تکنیک خنده به مریض کمک می‌کند تا مسائل پیچیده شخصی را با دید مزاح و شوخی بنگرد. با این روش، افسردگی او را نسبت به مسائل تقلیل، و در نتیجه استقامت و توانایی او را در برخورد با مسائل روزمره زندگی افزایش می‌دهد». (نام‌آور، ۱۳۸۹: ۱۸۶)

تقریباً تمام بازی‌های نمایشی و زنانه با طنز و شوخ‌طبعی همراه بودند. نمایش‌هایی که در آنها به طور مشخص مسائل آزاردهنده‌ای که گاه از سوی مردان پیش می‌آمدند، به سخره گرفته می‌شدند، عبارت بودند از: نمایش «ای (این) همه ز (زن) گرفتم» همچنین این عنصر در نمایش‌های «می‌رم زن می‌گیرم» یا «نعنا ترخونی» (این نمایش جنبه اجتماعی دارد و بیانگر فقر مالی

1. humor therapy

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۳۱

مرد و توجیه‌های او برای گریز از تقاضاهای زن خود است) نیز دیده می‌شود. در نمایش «عروسی کاشی‌ها» قوانین آن زمان اجتماع در مورد ازدواج مورد نقد قرار می‌گیرد؛ ابتدا خانواده عروس ادعا می‌کنند که عروسشان بی‌توقع است و هیچ چشمداشتی ندارد، اما به تدریج تقاضاهای مکرر خانواده عروس باعث دولا - راست شدن‌های مداوم خانواده داماد می‌شود. در نمایش «نیگا به دست ننه کن» که زنی به دختر دم‌بخت خود آموزش خانه‌داری می‌دهد و در آن مهارت‌های زندگی در آن دوره به تمسخر گرفته می‌شود.

۳. انعطاف‌پذیری و تواضع

در خرده‌نمایش‌ها یا بازی‌های نمایشی، انعطاف‌پذیری فراوانی وجود دارد. فضای زندگی در این روش نمایشی فضایی گسترش‌یافته و دلخواه است و موانع و محدودیت‌ها و ممنوعیت‌ها در آن بسیار ناچیز. در این فضا، بازیگر هر آنچه را که بخواهد می‌تواند انجام دهد. حرکات و اطوار دراماتیک و جملات و عبارات نه‌چندان اخلاقی در این فضا به بیان و اجرا در می‌آیند، بدون اینکه بازیگران و تماشاگران از پیامد رفتار خود بهراسند. شاید به دلیل همین ویژگی بود که نمایش‌هایی با مضامین یکسان در مناطق مختلف بر اساس ویژگی‌های بومی یا تغییراتی در فرم و محتوا برگزار می‌شد.

بازی «آتش گرفته» یا بازی «مرغ زرد پاکوتاه» داستان زنی است که شغال، مرغ او را دزدیده و خورده است. این نمایش دو بازیگر دارد. زنی که مرغ دارد و زنی که نقش شغال را بازی می‌کند. ضمن آنکه تماشاگران (زنان) نیز با زن همراهی می‌کنند.

بازی «ماماشلی» در خانه زنان باردار اجرا می‌شد؛ به این صورت که زنان همسایه و دوستان به خانه زن مورد نظر می‌رفتند و ضمن تخمه بو دادن با

خواندن اشعاری، حواس او را پرت می‌کردند و روزهای بارداری را برای او آسان می‌نمودند.

بازی «نمایش مثنی حسن‌بک» یک بازی تک نفره و از این قرار است که زنی برای دیگران از شوهر بداخلاقیش می‌گوید. در این بازی تماشاگران نیز با همخوانی در بازی مشارکت می‌کنند.

۴. مشارکت

خرده‌نمایش‌های زنانه مانند تئاتر درمانی، تماشاگران و بازیگران آن را در مقابل مصایب، فشارهای روانی و اضطراب‌های زندگی روزمره که در آن دوره کم هم نبودند، پشتیبانی می‌کرد. مشارکت تماشاگران (مردم) در اجرای نمایش از ویژگی‌های دیگر این نمایش‌ها بود. این مشارکت، از فراهم کردن اسباب و لوازم مورد نیاز این نمایش‌ها تا مشارکت در اجرا را دربرمی‌گرفت. مردم (تماشاگران) با مشارکت و همنوایی و همکاری خود، نقش مهمی در نمایش ایفا می‌کردند و حضوری تأثیرگذار و معنابخش در اجرای نمایش داشتند. مشارکت در نمایش‌های کهن و آیین‌های سنتی به پالایش افراد و طراوت روح و روان آنها می‌انجامید و نمایانگر نیاز انسان به امید و دوری از یأس بود.

این مرحله (مشارکت) که در روان‌درمانی اهمیت زیادی دارد، پس از اجرای بازی نمایشی از سوی بازیگر، بود. مشارکت در روان‌درمانی عبارت از بازگویی تجارب گروه پس از اجرا بر پایه همسان‌سازی است. در واقع مشارکت، فرصتی برای انعکاس خویش‌شناسی است. در روان‌درمانی، فرد مشکل خود را به صورت تئاتر به اجرا درمی‌آورد، سپس تماشاگران تجربه‌های خود را در مورد مشکل آن فرد بیان می‌کنند. مشارکت باعث پالایش روانی بازیگر و

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۳۳

تماشاگران می‌شود، به این ترتیب گروه شرکت‌کنندگان احساس همبستگی عاطفی می‌کنند.

بازی «کیه کیه در می‌زنه» نمونه‌ای از این عنصر است. در این بازی مادری از دخترش می‌پرسد که کی بوده که در زده؟ و دختر به او پاسخ می‌دهد و بدین‌گونه بازی ادامه می‌یابد.

بازی‌های خاله رورو، یاسمن و نسترن و فاطمه خانم در این دسته قرار می‌گیرند.

۵. خودانگیختگی، آفرینندگی و بداهه‌گویی

روان‌نمایشگری، بیماری‌های روانی را که در اثر یکنواختی زندگی ایجاد می‌شود، درمان می‌کند. «یکی از مهم‌ترین اصول روان‌نمایشگری، خودانگیختگی و آفرینندگی است. این دو عنصر در نمایش‌های معمولی، یا فراموش شده یا ممنوع شده و یا به عنصری ناچیز تقلیل یافته [است]» (فتحی، ۱۳۸۰: ۲۲). در جلسه پسیکودرام، مجلس بازی‌ای ترتیب داده می‌شود که در آن شخص اول به بازی نقش‌های متفاوت می‌پردازد و از این طریق به خودانگیختگی و بینش می‌رسد. عنصر بداهه‌گویی نیز برای همین منظور صورت می‌گیرد. این عناصر به نمایش، روح و روان می‌بخشند. در نمایش‌های بداهه‌گو و خودانگیخته، پالایش و درمان توأمان وجود دارند. در خرده‌نمایش‌هایی که در فولکلور وجود دارند و به بازی‌های نمایشی معروف‌اند، نقش‌ها به دلخواه انتخاب می‌شوند و بسیاری از کلام‌های نمایش به صورت آزاد و خودجوش و بدون محدودیت بیان می‌گردند. البته مضمون اصلی حذف می‌شود و بداهه‌گویی این امکان را به شخص می‌دهد که زیرمتن را کشف کند. بازیگر در خرده‌نمایش از طریق بداهه‌گویی می‌تواند واقعیتی

جدید را در دل واقعیت‌های زندگی بیافریند. از طرفی هر فردی آزاد است هر نقشی را که دوست دارد، بپذیرد و کلام آهنگین را به زیباترین لحنی که می‌تواند بیان کند. از نظر جونز (۱۳۸۳) شرکت‌کنندگان از طریق بازی‌ها و تمرین‌های نمایشی به خلاقیت بیشتری دست پیدا می‌کنند و بداهه‌سازی، موجب تقویت قابلیت انعطاف، بیان بهتر، حساسیت و توان ارتباطی می‌شود.

اگرچه اشعار و موسیقی در این بازی‌های شادی‌آور، ثابت بود و بازیگران با آنها آشنایی کامل داشتند، اما حرکات و ادا و اطوار بازیگران بر اساس خلاقیت آنها در لحظه انجام می‌شد. این حرکات و اداهای فی‌البداهه می‌بایست هم با گفتار، موسیقی و حرکات موزون هماهنگ باشند و هم ایجاد خنده کنند که این مهارت کار را برای بازیگر دشوار می‌کند.

زنان بازیگر این نمایش‌ها از هر طبقه و قشری بودند و توانایی و مهارت افراد، در تقلید و شیرین‌زبانی بود که در مجالس مهمانی و شادی آنها را به بازی وامی‌داشت.

در بازی‌های نمایشی «دختر خونه»، «عذرا خانم»، «یار زنان»، «بشکن بشکن»، «چشم نظر»، و «گندم گل گندم»، خودانگیختگی و بداهه‌گویی به وضوح مشاهده می‌شود. البته این عنصر در غالب بازی‌های نمایشی دیده می‌شود، اما در این بازی‌ها مشخص‌تر است.

۶. همدلی و همذات‌پنداری

همدلی با نمایش، باعث پیوند بین تماشاگر و بازیگر می‌شود. وقتی تماشاگر در شخصیت‌های ارائه شده در خرده‌نمایش، جنبه‌هایی از هویت و وجود خود را ببیند، با شخصیت‌ها همدلی بیشتری پیدا می‌کند. همچنین، بازیگران در هنگام ایفای نقش، با همدلی با آن می‌توانند به هویت و شخصیت

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۳۵

واقعی خود دست یابند و طنین‌های عاطفی در جان خود را بشنوند. این روش تا حدی به روش استانیسلاوسکی شباهت پیدا می‌کند. «شخصیت‌بخشی و جعل هویت سبب می‌شود که بیماران بتوانند خود را جای فرد دیگری قرار دهند یا خودشان باشند و نقش دیگری را بازی کنند. این موضوع با عامل همدلی ارتباط پیدا می‌کند و می‌تواند در شیوه ارتباطی بیمار با دیگران تأثیر بگذارد.» (جونز، ۱۳۸۳: ۱۵۵)

در هنر نمایش، وقتی مردم ترس‌ها، هیجان‌ها، شادی و دل‌مشغولی‌های خود را در قالب شخصیت‌های نمایش می‌بینند بنا به اصل تزکیه ارسطو، به پالایش روحی دست می‌یابند و با همذات‌پنداری با شخصیت‌های نمایش به درک جدیدی از مشکلات خود می‌رسند.

در بازی نمایشی «آبجی نسا» تماشاگران با سکینه که نمی‌خواهد با حاجی پیر بازاری ازدواج کند، همدلی و همذات‌پنداری می‌کنند.

۷. فرافکنی نمایشی

«فرافکنی یعنی نسبت دادن جنبه‌هایی از خود یا احساسات خود به افراد یا چیزهای دیگر. این فرآیند همیشه ناخودآگاه است.» (همان: ۱۷۷)

در تئاتر درمانی، فرافکنی باید به شکلی صورت بگیرد که نوعی رابطه حیاتی بین وضعیت‌های عاطفی درونی و شکل‌های بیرونی آنها ایجاد شود.

فرافکنی شیوه ارتباطی ما با جهان پیرامون است. در فرافکنی فرد می‌کوشد با احساسات خود و افراد و اشیای دیگر کنار بیاید و آنها را درست درک کند. یکی از اشیایی که برای فرافکنی به بازیگر کمک می‌کند، ماسک است. ماسک (در اینجا چهره‌آرایی و گریم) به بازیگر این حس را می‌دهد که واقعاً خودش نیست، بلکه فرد دیگری است که صحبت و حرکت می‌کند. ماسک

(چهره‌آرایی) به بازیگر این توانایی را می‌دهد که «جنبه‌هایی از خود را که معمولاً انکار یا پنهانشان می‌کند، فرافکنی کند؛ یعنی نقاب را از صورت خود بردارد.» (همان: ۱۶۹)

در فرافکنی نمایشی، بازیگر جنبه‌هایی از وجود خود یا تجربه‌های خود را به صورت نمایش (در اینجا خرده‌نمایش) فرافکنی می‌کند و از طریق نمایش این تجربیات، به تعارض‌ها و دوگانگی‌های وجود خود واقف می‌شود و می‌کوشد آن تعارض‌ها را رفع کند. زمانی که بازیگر، مسئله یا موضوعی را که در جامعه با آن روبه‌رو بوده است، به صورت عینی درمی‌آورد و نمایش می‌دهد، رابطه او با موضوع تغییر می‌کند و به بصیرتی جدید دست پیدا می‌کند.

بازی‌های «چشم‌نظر» و «فال‌بین» به فرافکنی نمایشی تماشاگران یاری می‌رسانند.

نمایش «فال‌بین» به عقاید خرافی مردم، بویژه زنان می‌پردازد. در این بازی یک نفر مردپوش می‌شود و نقش فال‌بین را بازی می‌کند و چند زن هم بازیگر این نمایش هستند که هر یک مشکلی دارند. تماشاگران در این بازی، مقوله فال‌بینی و کسانی را که به این امر اعتقاد دارند، مورد تمسخر قرار می‌دهند، در بازی «عروسی کاشی‌ها» خواسته‌ها و توقعات بیش از اندازه خانواده‌ها، بویژه خانواده عروس مورد تمسخر قرار می‌گیرد. در این بازی ابتدا خانواده عروس ابراز می‌دارند که نیازی نیست خانواده داماد برای عروس چیزی تهیه کنند، اما خواسته‌هایشان را یکی یکی و به صورت تقاضایی کوچک مطرح می‌کنند، در پایان مشخص می‌شود باید برای این عروس چندین برابر عروس‌های دیگر ملزومات تهیه دید. در بازی «ننه غلام‌حسین» نیز با مقوله فرافکنی نمایشی

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۳۷

مواجه‌ایم. در این نمایش، زنی که پسری لنگ و تنبل با کاری خنده‌دار دارد، با توقع فراوان به خواستگاری دختری زیبا از خانواده‌ای سرشناس می‌رود. در این نمایش تعارض‌های موجود در بعضی از افراد نشان داده می‌شود که بی‌توجه به وضعیت خانوادگی خود، به دنبال خواسته‌هایی غیرواقعی هستند.

۸. تجربه امور یا رفتارهایی که در زندگی واقعی امکان‌پذیر نیست

در خرده‌نمایش‌ها بازیگران به اجرای موضوعاتی می‌پردازند که در جامعه امکان‌پذیر نیست. بازیگر در این خرده‌نمایش‌ها رفتارهایی از خود بروز می‌دهد که در خارج از آن مجلس رفتارهایی سبکسرانه محسوب می‌شوند. زنان در این خرده‌نمایش‌ها با حرکات مختلف به اجرای نمایش می‌پردازند.

در تئاتر، شخصیت‌پردازی از طریق حرکات بدنی و چهره صورت می‌پذیرد و «تماشاگران و سایر بازیگران به نشانه‌هایی واکنش نشان می‌دهند که از طریق بدن ارائه می‌شوند. جامعه‌شناسان، روانکاوها و انسان‌شناسان، بدن را عامل ارتباط می‌دانند. لوماکس معتقد است که حرکات بدنی را می‌توان عامل ارتباط‌های فرهنگی و وسیله بیانی آداب و رسوم تلقی کرد. (همان: ۲۰۳)

بازی «چن قرشنه» رابطه دو عاشق را نشان می‌دهد و در واقع نوعی آموزش برای دخترها بوده است. دیگر بازی‌هایی که دارای این عنصر هستند عبارت‌اند از: «آبجی نسا» و «کشتن بچه هوو» و «اذیت کردن مادر شوهر (نمایش عروس)»

۹. تقویت «خود» تماشاگر

زبان تئاتر، زبان عمل و احساس است و موقعیتی را خلق می‌کند که در آن فرد، هم بازیگر باشد و هم تماشاگر و به این ترتیب «خود» فرد (مشاهده‌گر) را تقویت می‌کند.

ناظرزاده (۱۳۸۳) اشاره می‌کند که به باور باختین، قدرت‌های تحمیل‌گر بیرونی به فراخود تشبیه‌پذیرند. در واقع، بخشی از آموزه‌هایی که در فراخود جای گرفته‌اند، از آن قدرت‌ها ناشی شده‌اند و در این بازی‌ها در طول نمایش این قدغن‌ها (فرا - خود) به طور نسبی و موقت نادیده گرفته می‌شوند و در مقابل به «خود» تماشاگر توجه می‌گردد.

بازی نمایشی «آبجی‌نسا» یکی از نمونه‌های این مبحث است. بازیکن‌های این بازی سه چهار نفرند که یکی ضرب می‌گیرد و یکی آبجی‌نسا می‌شود که مادر دختر است. اسم دختر، سکینه است که دختر دم‌بخت و لجبازی است. سومی هم آبجی‌خاتون، دوست آبجی‌نسا است. آبجی‌نسا به آبجی‌خاتون می‌رسد و به او می‌گوید که دخترش حاضر نیست با حاجی‌جواد پیر بازاری که پولدار است، ازدواج کند و به جای آن می‌خواهد با پسر جوانی وصلت نماید. آبجی‌خاتون می‌کوشد با نصیحت سکینه را راضی کند اما فایده‌ای ندارد و سکینه بر عقیده خودش پافشاری می‌کند. این نمایش از طریق نفی عقاید قدیم به تقویت «خود» تماشاگر می‌پردازد.

۱۰. فاصله‌گذاری

شیوه فاصله‌گذاری در تئاتر مدیون برشت است. در این شیوه، بازیگر روی صحنه به شخصیتی که نقش آن را بازی می‌کند، تبدیل نمی‌شود. در

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۳۹

خرده‌نمایش‌ها بازیگر نسبت به نقش خود دیدی انتقادی دارد و حالت انفعالی پیدا نمی‌کند و در نقش خود غرق نمی‌شود، بلکه در حین اجرای نمایش از نقش خود خارج می‌گردد و به شوخی و مزاح با تماشاگران و سایر بازیگران می‌پردازد. فاصله‌گذاری، در همه این بازی‌ها وجود دارد.

۱۱. رازآمیزی

رازآمیزی از دیگر ویژگی‌های این خرده‌نمایش‌ها بود. نمایش‌های آیینی، هنری نمادین محسوب می‌شدند و هر یک از عناصر در این نمایش‌ها نمود مفهوم یا عنصری دیگرگون و رمزآلود از طبیعت پیرامون بود. «تصور فرویدی از هنر بر نظریه سرکوب یا واپس‌زدگی است. پس زدن امیال و راندن آنها به حوزه ناخودآگاه که بعدها برای اینکه به حوزه خودآگاه بازگردند، شکل نمادی به خود می‌گیرند. این نمادها زمینه اصلی کار هنری را تشکیل می‌دهند.» (باستید، ۱۳۷۴: ۲۲۷)

جمع‌بندی

از نظر توشار (۱۳۶۶) ویژگی یک اثر هنری آن است که به طور موقت از رابطه خشن و بی‌احساس آدمی با واقعیت روزمره بکاهد و به جای آن، رابطه‌ای احساسی و عاطفی بنشانند؛ رابطه‌ای که در آن، از دست دادن همه چیز با گرفتن همه چیز یک اندازه شادی بخش است. اجرای بازی‌های نمایشی، تمرین نوعی زیستن است که شخص بر اساس آن مورد تنبیه و سرزنش قرار نمی‌گیرد. تشابه افراد، بویژه در یک گروه، معمولاً بیش از تفاوت آنها منجر به همذات‌پنداری می‌شود. این همذات‌پنداری به ناخودآگاه قومی نیز مربوط می‌گردد. در ناخودآگاه قومی تجربیات جمعی

در ذهن افراد یک قبیله (قوم) وجود دارد. هدف اصلی تئاتر درمانی تغییر شرکت‌کنندگان در آن به گونه‌ای است که بتوان به توانایی‌های درونی‌شان دسترسی پیدا کرد. در این روش، بر بدن و بیان بازیگران تأکید می‌شود.

در خرده‌نمایش‌ها، بازیگر با فرد خاصی روبه‌رو می‌شود یا در زندگی‌اش با مسئله‌ای درگیر می‌گردد، پس می‌کوشد خود را از نظر عاطفی و جسمی در شرایطی قرار دهد که احساس یا رفتار آن فرد را بازسازی کند. این روش به روش استانیسلاوسکی شباهت دارد. استانیسلاوسکی بر رشد شخصیت از طریق بداهه‌سازی تأکید می‌کرد و بین زندگی بازیگر و تجربه‌های فردی و ناخودآگاه او و بازی او روی صحنه (در مجلس بازی) پیوند برقرار می‌ساخت. در خرده‌نمایش هنگامی که فرد شاهد بداهه‌سازی بازیگر یا بازیگران است، در واقع شاهد فرآیندی درمانی است. در خرده‌نمایش، تماشاگر به شکل رسمی - آن گونه که در تئاتر مشاهده می‌شود - از بازیگر مشخص نیست. در این نمایش‌ها ممکن است نقش بازیگر و تماشاگر مدام با هم عوض شوند.

در تئاتر درمانی فرد مدام در حال تغییر و تبدیل است. بیمار یا بازیگر در تئاتر درمانی موضوع یا مسئله خود را به یاد می‌آورد، آن را بیان می‌کند و در زمینه‌اش کار می‌کند و به این ترتیب صاحب تجربه‌های جدید می‌شود، او درباره مسئله‌اش می‌اندیشد و سپس تصمیم‌گیری می‌کند و در پایان به راه حل می‌رسد.

ویژگی‌هایی که یک نمایش را دارای خاصیت شفابخشی می‌کند، عبارت‌اند از: خلاقیت و خودجوشی، تجسم تصاویر درونی، خلق واقعیات جدید و درگیری شخصیت محوری با موقعیت و درک فضا و نمادها و از این طریق تقویت نیمکره راست مغز و تبدیل فرد به شخصیت‌های دلخواهش. از دیگر

پسیکودرام در بازی‌های نمایشی زنانه ❖ ۱۴۱

ویژگی‌های این خرده‌نمایش‌ها، شور و شوق و هیجان، همراه با شادی و دست‌افشانی و همچنین وجود موسیقی، عمل و مشاهده فعالانه تماشاگران و بازیگران بود.

در این خرده‌نمایش‌ها بهتر است صحنه به شکل دایره باشد تا میان بازیگر و تماشاگر و بین بازیگران ارتباط بهتری برقرار شود. این ویژگی‌ها نشان‌دهنده وجود عنصر درمانی بازی‌های نمایشی زنانه هستند.



منابع

الف) کتاب

۱. اسلین، مارتین (۱۳۷۰). *نمایش چیست؟*. ترجمه شیرین تعاونی. چ ۲، تهران: نمایش.
۲. باستید، روزبه (۱۳۷۴). *هنر و جامعه*. ترجمه غفار حسینی. تهران: توس.
۳. توشار، پیرامه (۱۳۶۶). *تئاتر و اضطراب بشر*. ترجمه دکتر افضل وثوقی. چ ۳، تهران: جهاد دانشگاهی.
۴. جونز، فیل (۱۳۸۳). *تئاتر درمانی و نمایش زندگی*. ترجمه چیستا یثربی. تهران: قطره.
۵. فتحی، طاهر (۱۳۸۰). *پسیکودرام، پیشگیری و درمان بیماری‌های روانی - اجتماعی در صحنه نمایش*. تهران: سپند هنر.
۶. فردرو، محسن (به کوشش) (۱۳۷۸). *پیامدهای فرهنگی اسباب بازی (مجموعه مقالات)*. تهران: فرهنگ دانش.
۷. مقدسی، حمیده (۱۳۷۲). *روانشناسی هنر برای کودکان عادی و استثنایی*. تهران: چاپار فرزندگان.
۸. ناظرزاده کرمانی، فرهاد (۱۳۸۳). *درآمدی به نمایشنامه‌شناسی*. تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).

ب) مقاله

۱. ستاری، جلال (۱۳۵۷). «پسیکودرام و تئاتر جدید». *فصلنامه تئاتر*. ش ۳.
۲. فرخ‌پیکر، ارژنگ (۱۳۷۰). «تئاتر اضطراب و تئاتر درمانی». *مجله نمایش*. ش ۴، ش ۴۰.
۳. نام‌آور، فرشته (۱۳۸۹). «داستان خاله سوسکه: کتمان خشونت در فرهنگ ایرانی». *فصلنامه فرهنگ مردم*. ش ۹، ش ۳۴.